

2022
9
No.306

JA かが

さあ、笑顔の産地へ

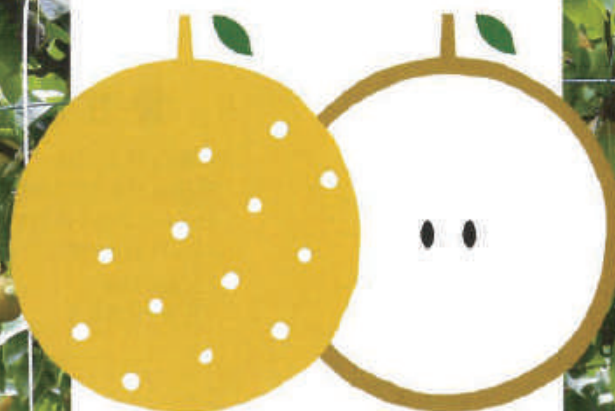
広報

<https://www.is-ja.jp/kaga>



- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| ●特集 加賀梨・ルビーロマン …… 2～5 | ●LINEレシピ 他 …… 13 |
| ●TAC農業レポート …… 6 | ●資産相談ニュース・理事会より …… 14 |
| ●カメラレポート …… 7～8 | ●クロスワードパズル 他 …… 15 |
| ●支店レポート 他 …… 9～11 | ●インフォメーション …… 16 |
| ●今月の元気村 …… 12 | |





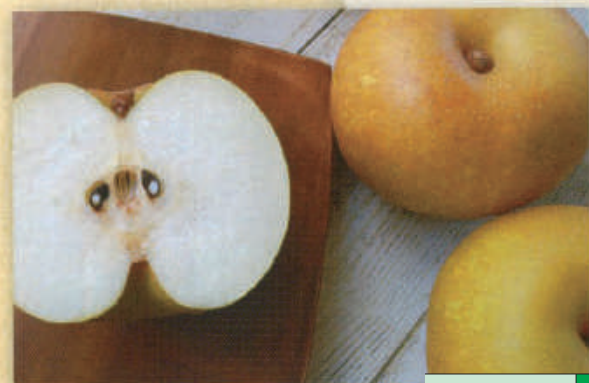
加賀梨
KAGANASHI

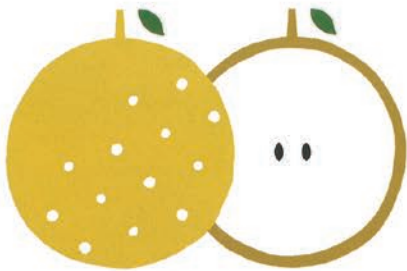
海と山、
加賀梨に
二つの名産地。
美味しさに
こだわる想いは
一つです。

海と山。2つの産地が競い合う、こだわりの美味しさ。

加賀市は石川県内No.1の梨産地。海側と山側に2つの産地があり、栽培環境の違いからそれぞれに魅力の異なる美味しい加賀梨を生産しています。海側の「小塩辻」は、大正7年の栽培開始から現在に至る約100年の歴史があり、大玉・高糖度にこだわりながら高品質な梨の生産に取り組んでいます。山側の「奥谷」では人里離れた山間地で除草剤を使わない草生栽培、自然交配による受粉、果実に袋掛けせず、防蛾灯設置による減農薬栽培を実施しています。栽培手法や環境が違っても、美味しい梨をお届けしたいと丹精込める生産者の想いは同じ。ぜひ加賀梨のみずみずしい食感をご堪能ください。

JA 加賀梨部会





加賀梨

KAGANASHI

冷やしてシャリシャリ、
甘くてみずみずしい。
加賀の梨。

新水

サイズは250～300gくらいと若干小ぶり。肉質はやわらかく多汁で、甘さの中にほどよい酸味も含まれていて濃厚な味わいです。

〔出荷の目安〕
7月末～8月上旬

愛甘水

果実の大きさは300～350g程度で、果皮の色は黄赤褐。ほどよい硬さの果肉とさっぱりした甘さが特徴です。

〔出荷の目安〕
7月末～8月上旬

幸水

果汁が多く、甘さの中にほどよい酸味。その甘味・食感・質の良さから、人気の高いロングセラー品種です。

〔出荷の目安〕
8月上旬～9月上旬

加賀しずく

2017年デビューの石川県オリジナル品種。果実の重さが約600g前後と大きく、酸味が少なく上品な甘さ。

〔出荷の目安〕
8月下旬～9月中旬

豊水

果肉が柔らかく、みずみずしい食感。甘味と酸味のバランスもよく、また比較的日持ちするので重宝されます。

〔出荷の目安〕
9月上旬～9月下旬

二十世紀

きれいな黄緑色でサイズは約300g前後の中玉。多汁でシャリシャリとした果肉は甘味と酸味がバランスよく調和しています。

〔出荷の目安〕
9月中旬～9月下旬

あきづき

果実の重さが約500g前後で、サイズもやや大きめ。果肉は緻密で糖度が高く、酸味は少なめで果汁も豊富です。

〔出荷の目安〕
9月中旬～10月上旬



加賀梨 初出荷

7月29日(金)に奥谷町、31日(日)に小塩辻町の選果場にて、加賀梨の初出荷が行われました。

早生品種の「愛甘水」約3トンと「新水」約2トンが県内外へ出荷され、スーパーやJAグリーン加賀元気村で販売されました。

県内最大の梨の産地である加賀市は奥谷町約32ヘクタール、小塩辻町約21ヘクタールの広大な面積で梨の栽培を行っています。それぞれの産地で栽培手法や環境の違いがありますので是非、加賀の美味しい梨を味わってみてください。



▼特徴
石川県オリジナル品種のルビーロマンは
赤くて大粒のぶどうが欲しいという農家の
願いから生まれました。その特徴は巨峰の
約2倍もある大きさと艶やかな赤色。赤色

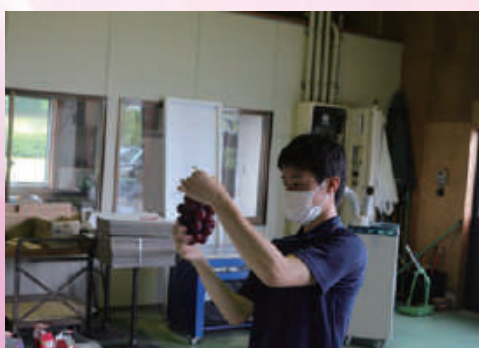


「ルビーロマン」

石川県オリジナル高級品種



▼厳しい検査を経て出荷へ



初競りは多くの関係者が集まり、大盛り上がり



の大粒品種は、夏の暑さで色がつきにくいですが、ルビーロマンは暑さにも負けず赤く色づきます。
味は酸味が少なく、糖度は巨峰並みに高くなっており、果汁が豊富でさわやかな甘みが広がります。

▼加賀市では

14農家が栽培を行っており、今年度は6,000房を目標に8月中旬にピークを迎え、9月下旬ごろまでの出荷を予定しております。

▼初出荷と初競り

7月14日(木)、加賀市豊町の集出荷場にて初出荷が行われました。当日は3農家が持ち込み、糖度やサイズ、形の検査を行い出荷しました。

15日(金)には金沢市中央卸売市場にて初競りが行われ、出荷された187房全てが落札されました。豊町の土山恭弘さんのルビーロマンに過去最高値の1房150万円が付きしました。

▼最上級規格のプレミアムが出荷

7月19日(月)に豊町の丸山充雄さんより、最上級規格のプレミアムが1房出荷されました。

プレミアムとは

品質外見ともに優れているもの。粒重が全て30g以上(粒径36mm以上)で1房700g以上のもの(昨年は出荷された24、422房のうち2房がプレミアムでした)



水稲早生品種(ゆめみづほ)の刈取適期調査を実施しました

8月9日(火)に早生品種刈取適期調査を行いました。

今回もコロナウイルス感染拡大防止のためJA加賀職員および関係機関のみで調査を行いました。

加賀管内の刈取適期は8月18日～24日と、前年より2日早い結果となりました。



夏ねぎの出荷が始まりました

7月25日(月)より夏ねぎの出荷が始まりました。

一時期の高温により、生育が遅れましたが、その後順調に生育し、無事収穫を迎えました。

加賀市内の夏ねぎの生産者は9名で、今年の出荷量は11トンの見込みとなっており、8月中旬にピークを迎えます。



カメラレポート

Camera Report!



家庭菜園教室開催



8月3日(水)、JA加賀年金友の会は「家庭菜園教室」を開催しました。講師には加賀農林事務所の池端郁美氏をお招きし、同会員109名が参加しました。同教室は今回で17回目の開催となります。この日は野菜づくりの基本や育て方、栽培における土づくり、肥料・農薬についての説明があり、参加者はメモをとるなど熱心に耳を傾け、その後個別での質疑応答なども行われました。



女性部百円市

7月23日(土)、JAグリーン加賀元気村にて女性部恒例の百円市を開催しました。

当日は女性部員や地域の方々のご好意により持ち寄られた幾種類もの夏野菜や加工品が並びました。普段、百円では買えない野菜等を買求める姿が見られました。収益は秋に実施する「愛の助け合い運動」の活動費の一部とさせていただきます。



ご来店頂いたお客様、またご協力いただきました皆様、ありがとうございました。



ゆうどきLive 生中継!

8月2日(火)、JAグリーン加賀元気村にて北陸朝日放送の「ゆうどきLive」での生中継が行われました。

生中継では、阪本英一店長が杉本侑里リポーターと共に加賀梨やルビーロマンなどを紹介しました。





加賀フルーツ 実守り隊出発式

令和4年8月8日(月)、JA加賀小塩辻梨生産組合共同選果場にて「加賀フルーツ実守り隊」の出發式が行われました。

地元生産者、大聖寺警察署、JA加賀が果樹等の盗難被害防止を目的に結成し、今年度で6年目の活動となります。

9月下旬頃まで梨やぶどう畑を巡回する予定となっており、この日は巡回と、生育状況の確認を行いました。



令和4年度 年金友の会 中央支店グランドゴルフ大会

7月13日(水)、加賀市中央公園にて中央支店グランドゴルフ大会を開催しました。皆様日頃の練習の成果を存分に発揮し大会に臨んでおられる様子でした。

グランドゴルフ大会は支店の年間行事の中でも人気の高い行事の一つであり、コロナの中ではありますが感染予防対策を徹底し無事開催出来たこと、今年も皆様の沢山の笑顔を見ることが出来本当に良かったと思います。

男子の部

優勝：中出栄三郎 様
準優勝：森 輝治 様
第三位：土山 靖雄 様

女子の部

優勝：呉比美奈子 様
準優勝：山本 花子 様
第三位：中出喜美子 様



管内小学校へ ちゃぐりん配布



JA加賀は令和4年度の基本方針「安全・安心な食と農を守り次世代への架け橋となるJA」を目指して「に基づき、食と農への知識・関心を深めるきっかけ作りとして、JAグループの食農教育雑誌である「ちゃぐりん」を配布しました。

管内小学校の児童5年生を対象に食べ物や農業に関心を持ってもらうことでJA事業の理解促進に資することを目的として、昨年度に引き続き2回目の実施となります。





支店レポート

各支店の活動の様子を皆様にご紹介致します



北支店

職員で「学びの農業体験」

北支店では、農への理解を深め、農家組合員との距離を縮めることを目的に、職員自ら農業体験を行っています。

今年は支店内空き地を活用し、オクラ・胡瓜・茄子・トマト・サツマイモ等、様々な野菜を栽培しまし

た。毎朝収穫し、野菜の実りを日々学んでいます。

今後も農業体験を通じて地産地消を促進し、農業の楽しさ・素晴らしさを地域利用者へ広くPRしていきます。



西支店・西駅前出張所

令和4年産米 検査スタート!!

西支店における令和4年産米の初検査が、8月23日(火)の午前9時より行われました。

管内の農家から出荷された「ゆめみづほ」の検査を行い、出来は良好で、量もまずまずの結果でした。

農家の皆様が丹精込めて育てたお米ですので、事故のないように丁寧に集荷し、適正な検査により、安心安全なお米を消費者の皆

様に届けることができるよう、西支店職員一同、精いっぱい頑張ります。

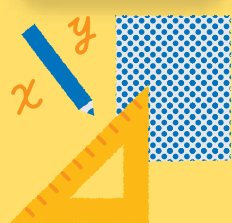
9月の終わり頃までの米検査の期間中、検査終了したお米を運搬するため、西支店前には大型トラックが駐車することがございます。来店されるお客さまにはご迷惑をお掛けしますが、ご容赦くださいますようお願い申し上げます。



西支店 集荷チーム
頑張ります!!



JA教育ローン



©よりぞう

1 WEBから仮申込で

固定金利
年 **2.0%** 保証料込

[三菱UFJニコス㈱保証商品]

2 組合員の方

固定金利
年 **1.9%** 保証料込

[石川県農業信用基金協会保証商品]

3 条件※に該当する組合員の方

固定金利
年 **1.8%** 保証料込

[石川県農業信用基金協会保証商品]

金利適用期間 2022年4月1日[金]~9月30日[金]

※下記のいずれかに該当する方を対象とします。
①JA住宅ローンのお借入がある方
②当JAに給与振込を指定の方



年

金

友

の

会



令和4年度 グラウンドゴルフ大会 および ゴルフ大会中止のご案内

例年10月に開催しております「年金友の会 グラウンドゴルフ大会・ゴルフ大会」につきましては、コロナウィルス感染防止の観点により、中止とさせていただきますこととなりました。会員の皆様にはご迷惑をお掛け致しますが、ご理解賜りますよう、よろしくお願いします。

JAネットバンクを利用した 悪質な還付金詐欺にご注意ください

還付金って本当に戻るの？
電話の内容を信じて
いいのかな？

近年、「還付金が戻る」などの電話で
お客様の口座番号やキャッシュカー
ドの暗証番号を聞き出し、本人になり
すましてJAネットバンクを申し込む
手口が発生しています！

その電話は詐欺かも!!

お近くのJAまで
いますぐに確認
するのじゃ!



固定電話や携帯電話へのJA職員や市職員、県職員を名乗る
人物からのお金に関する内容には十分にご注意ください。
『怪しいな?』と思ったら、お近くのJAまでご相談ください。

JA加賀

お近くの支店までお気軽に
お問い合わせください。

- 中央支店…………… ☎73-3931
- 江沼支店…………… ☎78-0280
- 山中出張所…………… ☎78-0525
- 南支店…………… ☎76-0880
- 西支店…………… ☎72-0443
- 西駅前出張所…………… ☎72-1763
- 東支店…………… ☎74-1562
- 北支店…………… ☎74-0147
- ローン営業センター… ☎73-0032

給油所案内

山代・大聖寺・片山津給油所 **水・金曜日**は **ガソリンがお得DAY!**
庄給油所 **水・土・日曜日**は **ガソリンがお得DAY!**

※現金会員・JAカード・JASSクレジット
カード・プリカの方対象

山代・ 大聖寺・ 片山津	通常営業時間 (月曜日・火曜日・木曜日)	特売日営業時間 (水曜日・金曜日)	洗車割引DAY	休業日	祝日
	8:00~18:00	8:00~19:00	木曜日・祝日	土曜日・日曜日	通常営業
庄(セルフ)	通常営業時間 (月曜日・火曜日・木曜日・金曜日)	特売日営業時間 (水曜日・土曜日・日曜日)		休業日	祝日
	7:00~21:00	7:00~21:00		なし	通常営業

※月曜日から金曜日の祝日は、通常営業時間及び特売日営業時間となります。

※庄給油所の洗車会員とは、現金会員・JAカード・JA-SSクレジットカード・掛会員・QR決済で決済された方が対象となります。

※灯油の配送は庄給油所、軽油の配送は各給油所までご連絡ください。

●庄給油所 74-3222 ●山代給油所 77-0825 ●大聖寺給油所 73-2557 ●片山津給油所 74-7377

秋の味覚祭 開催!!

新米の季節到来!!

やっぱりJA!! とれたての新米を精米したてで
 味わってください!!

お米の店頭精米

地元加賀市産米のご紹介

県外発送も好評承り中!!

ゆめみづほ

程よい甘味と丸みのある粒が特徴の石川県の早生品種の代表格です。
 コシヒカリに匹敵する食味の良さを持つとともに、おにぎりや弁当にしてもその美味しさが長持ちします。

コシヒカリ

おいしいお米の代名詞と言える「コシヒカリ」。全国的にもおいしいお米として知られている品種です。旨み・粘り・柔らかさ・香り・見た目すべてにおいて優秀なお米です。

ミルキークイーン

粘りが強い低アミロース米です。他のお米に比べて、劣化が少ない、炊飯ジャーに入れても黄色に変色しにくく、冷めても硬くなりにくいのでお弁当やおにぎりなどにも最適です。粘りが強いお米が好きな方にぜひオススメ!!

加賀ほまれ

JA加賀の特別栽培米（加賀市産コシヒカリ）です。農薬と化学肥料を慣行栽培に比べて50%以下に抑えたお米です。また、土づくりのための追肥を継続的に実施するなど、様々なこだわりにより安心安全な美味しいごはんとして令和2年にデビューしました。



加賀梨・加賀ぶどうBESTセクション



梨とぶどうが実るこの季節、地元の品種を集めました。ぜひ、食べ比べてみませんか!

加賀しずく

2017年デビューの石川県オリジナル品種。果実の重さが約600g前後と大きく、酸味が少なく上品な甘さ。

豊水

果肉が柔らかく、みずみずしい食感。甘味と酸味のバランスもよく、また比較的日持ちするので重宝されます。

あきづき

果実の重さが約500g前後で、サイズもやや大きめ。果肉は緻密で糖度が高く、酸味は少なめで果汁も豊富です。

ブラックオリンピア



巨峰の改良品種で、上質な香りが特徴。ハチミツぶどうといわれるほど甘い高級品種。

赤嶺



リンゴに似た独特の風味を持った、皮ごと食べられる赤系の品種。

スチューベン



ニューヨーク生まれの黒玉系中粒種のぶどう。甘味が強く味が濃いのが特徴。

シャインマスカット



糖度が高く、酸味が少ない。種なしで皮ごとサクサク食べられる全く新しいマスカット!

安芸クイーン



ふわっと繊細な果肉、深みのあるコクと甘みが特徴。女性に人気が高い品種。

ロザリオビアンコ



皮ごと食べられ、酸味が少なく爽やかな甘みが特徴の翡翠色の品種。

大好評 安い!! 新鮮!!
 ボリューム満点



《売出期間》
 9月20日 彼岸入り
 ～26日 彼岸明け

産直会員出荷の

お彼岸用

切花

大量入荷

令和4年 寒試しによる天気予想

農作業等にご活用下さい。

9月

日付	曜日	天気	日付	曜日	天気
1	木	晴れ	17	土	晴れ
2	金	晴れ	18	日	晴れのち曇り
3	土	晴れ	19	月	晴れのち雨
4	日	晴れ	20	火	雨のち晴れ
5	月	晴れ	21	水	曇り
6	火	晴れ	22	木	曇りのち晴れ
7	水	晴れのち曇り	23	金	雨のち晴れ
8	木	曇り	24	土	曇り
9	金	曇り	25	日	曇り
10	土	曇り	26	月	曇り
11	日	曇り	27	火	曇り
12	月	晴れ	28	水	曇り
13	火	晴れ	29	木	曇り
14	水	晴れ	30	金	曇り
15	木	晴れ			
16	金	晴れ			

10月

日付	曜日	天気	日付	曜日	天気
1	土	晴れ	17	月	曇り
2	日	晴れ	18	火	曇り
3	月	晴れ	19	水	曇り
4	火	晴れ	20	木	曇り
5	水	晴れ	21	金	曇り
6	木	晴れ	22	土	曇りのち雨
7	金	晴れのち曇り	23	日	雨
8	土	曇り	24	月	雨のち曇り
9	日	曇り	25	火	曇りのち晴れ
10	月	曇り	26	水	曇りのち晴れ
11	火	晴れ	27	木	曇りのち晴れ
12	水	晴れ	28	金	曇りのち晴れ
13	木	晴れのち曇り	29	土	曇りのち雨
14	金	晴れのち曇り	30	日	雨のち曇り
15	土	曇り	31	月	曇り
16	日	雨のち曇り			

LINE おいしい Recipe

元気村の旬な野菜を使ったレシピをお届け!!

今回の
料理

「野菜いっぱい夏ちらし」



材料
4人分

ご飯	3合	オクラ	5本分
米酢	大さじ4	枝豆	20さや分
砂糖	大さじ2	ミニトマト(赤・黄)	3個ずつ
天然塩	小さじ1	甘酢漬け薄切り蓮根	小1本分
薄焼きたまご	卵2個分	椎茸の甘辛煮	5〜6枚
蒸しとうもろこし	1/4本分		

作り方

- 椎茸は石附を切り落とし3mmの厚さに切る。砂糖大さじ3、酒、みりん、しょうゆ各大さじ2を加えて10分ほど煮て冷ます。
- 薄焼き玉子を焼き、細切りにする。
- おくら塩茹でし、食べやすいように切る。枝豆は塩茹でし、さやから出す。
- ミニトマトは半分か1/4にカットする。
- 炊いたご飯にすし酢を合わせる。
- 酢飯の上に具材を彩りよくトッピングして出来上がり♪

資産相談ニュース《一ロメモ》～ お金について考えてみよう ～

長期化する感染症への不安、老後への不安、相次ぐ災害への不安など、わたしたちはたくさんの不安が渦巻く時代に生きています。また、原油価格や生活必需品の価格高騰も家計に暗い影を落としています。このような状況にあって、あらためて家計、資産管理の重要性が高まっています。

生活に対する不安感を減らすための第一歩は、現在の生活にかかるお金を把握すること、そこで、お金の流れを「見える化」することが大切になります。

当JAで取り扱っている「家の光」12月号では、お金の流れを「見える化」する「家計簿」と「人生100年時代のお金ガイド」の2冊が別冊付録でついてきます。

今考えるべきお金について併せて活用できる付録となっておりますので、購入を希望される方は最寄りの支店・出張所までお気軽にお問い合わせください。



(表紙は変更なる場合があります)

総務部 企画管理課 資産相談担当 ☎73-5303

理事会より

とき ● 令和4年7月29日(金) 午後4時より
ところ ● JA加賀本店会議室

議 件

- 第1号議案 出資口数の減少について
- 第2号議案 令和3年度ディスプレイジャー誌の開示について
- 第3号議案 フル給油所の休業日並びに営業時間の変更について
- 第4号議案 就業規則の一部変更について
- 第5号議案 嘱託・臨時雇就業規則の一部変更について
- 第6号議案 令和3年度産出出荷契約米共同計算の最終精算並びに生産者開示について
- 第7号議案 理事との契約について
- 第8号議案 理事との契約について
- 第9号議案 個人情報及び情報セキュリティ管理体制の変更について

報告事項

1. 令和4年度上期 無通告内部監査について
2. 令和4年度上期 内部監査(米穀共同計算)について
3. 令和4年度第1四半期自店検査結果について
4. 令和4年6月末実績報告について
5. ジェイエーサービス(株)令和4年6月末実績報告について
6. 加賀福祉サービス(株)令和4年6月末実績報告について
7. アグリサポート加賀 令和4年度上期実績報告について
8. アグリサポート加賀 令和4年度上期実績報告について
9. アグリサポート加賀 令和4年6月末実績報告について
10. アグリサポート加賀 令和4年度上期決算報告について
11. 令和4年度第1四半期相談苦情等対応状況について
12. 令和4年度第1四半期相談苦情等対応状況について
13. 令和4年度第1四半期相談苦情等対応状況について
14. 令和4年度第1四半期相談苦情等対応状況について
15. 令和4年度第1四半期相談苦情等対応状況について
16. 令和4年度第1四半期相談苦情等対応状況について
17. 令和4年度第1四半期相談苦情等対応状況について
18. 令和4年度第1四半期相談苦情等対応状況について
19. 令和4年度第1四半期相談苦情等対応状況について



あなたもチャレンジ!

家庭菜園

園芸研究家 ● 成松次郎

チンゲンサイ シャキシャキとした歯触りを楽しむ

チンゲンサイ(青梗菜)は代表的な中国野菜で、ビタミンやミネラルを豊富に含みます。日本の野菜では「体菜」に似ています。中間地では冬を除き、春から秋まで栽培ができます。

【品 種】

「青帝」(サカタのタネ)、「ニハオ新1号」(渡辺農事)などがあり、「長陽」(タキイ種苗)、「夏賞味」(武蔵野種苗園)は、暑さに強い夏向きの品種です。「シャオパオ」(サカタのタネ)は、小さいので丸ごと料理に使えます。

【畑の準備】

種まきの2週間前までに1平方m当たり苦土石灰100gをまき、酸度を矯正しておきます。1週間前までに堆肥1kgと化成肥料(NPK各成分10%)100gを施し、土とよく混ぜておきます(図1)。次に、幅1m程度、高さ5cm程度の栽培床を作ります。

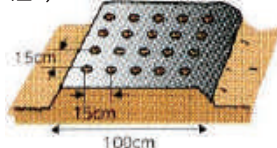
(図1)



【種まき】

一般にはじかまきします。高温期の春夏まきでは条間20cm、株間20cm、秋まきでは条間15cm、株間15cmに1カ所4、5粒を点まきします(図2)。発芽まで土が乾かない程度に灌水(かんすい)をし、発芽後は土が乾いたら水をたっぷり与えます。なお、ポリマルチ

(図2)

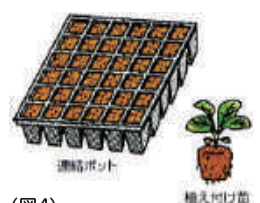


を使うと、生育の促進に加え、土が葉の間に入るのを防ぐ効果があります。

苗作りをするには、小型ポットや連結ポットで本葉3、4枚の苗に仕立てます(図3)。

種まき(植え付け)後は防虫ネットでトンネルを作り、害虫から保護します。また、べたがけは発芽促進と害虫の防止になるため、1カ月程度被覆するのも良いでしょう。

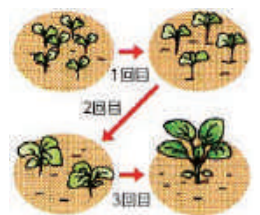
(図3)



【間引き】

1回目は発芽そろい後、込み合っている株を除き、2回目は本葉2、3枚の頃に2本、3回目は本葉5、6枚で1本にします(図4)。

(図4)



【病害虫防除】

基本は防虫ネットで害虫防除をしますが、農薬では、アブラムシには粘着くん液剤など、アオムシ、ヨトウムシにはトアロー水和剤CTなどのBT剤を使用します。長雨のときは、べと病や白さび病が発生しやすいので、株間を少し広めに取ります。

【収 穫】

草丈15～20cmくらい、尻が張り始めた頃に、地際から切り取って収穫を始めます(図5)。

(図5)



クロスワードパズル

CROSSWORD ● 頭の体操

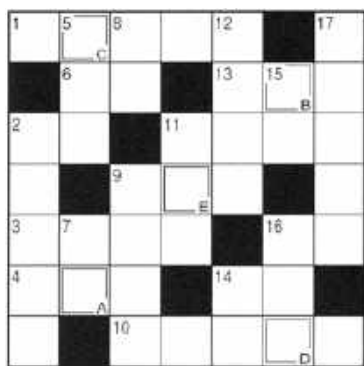
ヨロの力ギ

- 1 女郎花と書く秋の七草。同じ——科の植物にオトコエシというのがあります
- 2 頭隠して——隠さず
- 3 すいっちゃんと呼ぶ虫
- 4 インフレのときに上がります
- 5 贈答品に付きます
- 6 風が吹くともつかるかも
- 7 フェルメールの代表作『真珠の——の少女』
- 8 店の中に他の客はいません
- 9 薬の——は徐々に表れた
- 10 紙を燃やすと残ります
- 11 10を3回掛け合わせると

タテの力ギ

- 2 令和4年9月23日は——の日。国民の祝日です
- 5 秋は稲や栗、ブドウなどいろいろな作物が——を迎える季節です
- 7 竹や梅と並んでめでたい植物
- 8 幸水や豊水が広く作られています
- 9 『赤ずきん』ではおばあさんに化けました
- 11 節約のために——簿を付け始めた
- 12 楽団の前でタクトを振ります
- 14 お彼岸には掃除に行つて手を合わせる人が増えます
- 15 ピンチなんです！
- 16 長く続けると足がしびれることも
- 17 ——コーヒー、——フットボール

二重枠に入った文字を、A→Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



＜解き方＞
普通のクロスワードの要領で全部を解いてください。次にA→Eの二重枠の文字を順に並べると、一つの言葉ができます。それが答えです。それをEメールかハガキに書いてご応募下さい。正解者の中から2名の方に景品を差し上げます。

★応募方法
応募はEメールまたは郵便ハガキで①答え、②本誌の好きなコーナーや本誌で気になったコーナー、③住所、氏名、年齢、職業、電話番号をご記入の上、左記までお送りください。

★あて先

○ハガキ
〒100-0001 東京都千代田区千代田1-1-1
加賀市作見町10-1
JA加賀 広報係

○Eメール件名に「JA加賀 広報パズル」と必ず書き
fureai@kaga-ja.jp まで

★締切り

令和4年9月30日(金)当日消印有効

★今月号当選者発表

令和4年11月号誌上

景品

JA加賀
6次化商品詰め合わせ

7月号の答え及び当選者

アブラゼミ



★応募総数63件

(メール応募27通)

★当選者

辰野恵美子 様

田中 明美 様

*JA加賀所定の厳選なる抽選により決定しております。

編集後記



今月号は新しくロゴが完成した「加賀梨」の特集や加賀ぶどう「ルビーロマン」の記事を掲載しております。元気村でも販売をしておりますので、是非ご賞味ください。

カメラレポートには、毎年恒例の女性部百円市や年金友の会などの記事を掲載しております。

家族の健康

健康科学アドバイザー ● 福田千晶

貧血は美容の大敵。体調不良の原因にも

貧血とは血液の中のヘモグロビンが減少した状態です。ヘモグロビンは酸素を吸着して全身に運搬するので、貧血になると体内の酸素が不足して、息切れや立ちくらみ、ふらつき、疲労感、動悸（どうき）や息切れ、意欲低下などの症状を感じることがあります。

さらに肌や爪や髪にも貧血の影響が及びます。顔色が悪くなる、肌の染みがでる、ニキビがでやすくなる、爪が変形したり折れやすくなる、抜け毛などが現れることもあります。つまり、貧血は全身状態を悪くする上に、美容の大敵でもあるのです。

貧血の原因は、いろいろありますが、女性には月経により血液が失われるため、貧血になりやすいといえます。他にも胃腸の病気で出血が続いたり、悪性腫瘍など重篤な病気で貧血になる可能性もあります。まずは、定期的な健康診断で貧血の有無を調べ、貧血の人は医療機関を受診し原因を調べましょう。

鉄は血液中のヘモグロビンの材料なので、鉄が欠乏するとヘモグロビン

ンが十分には作られず貧血になります。貧血になりやすい女性がダイエットや偏食などで摂取する鉄が足りないとい鉄欠乏性貧血が起りやすくなります。

食品の鉄には2種類あり、動物性食品の赤身肉（豚肉、牛肉など）、レバー、魚介類に含まれる「ヘム鉄」は体内での吸収率が良いのでお薦めです。農作物の小松菜やホウレンソウなど緑黄色野菜や豆類に含まれる「非ヘム鉄」は体内での吸収率が低めです。しかし、「非ヘム鉄」も一緒にビタミンCや肉類などのタンパク質を摂取すると吸収率が上がり、効率良く鉄を吸収できます。暑い時期はサッパリ系の炭水化物中心の食事が多く、鉄不足になっていた人も多いはず。

この時期に食生活を直し、バランスの良い食事や貧血の予防や対策を心がけましょう。





Information

9月

にここ倶楽部 予定表

- **パッチワーク教室**
9月6日(火)・7日(水)
20日(火)・21日(水)
午前9時30分～にここランド
- **生け花**
9月9日(金)・22日(木)
午前9時30分～にここランド
- **書道**
9月13日(火)・27日(火)
午前9時30分～にここランド

● **俳句**
(合同) 9月12日(月)
午後1時30分～にここランド

● 各行事は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止または延期になる場合がございます。

どなたでも参加できます。
見学も随時行っております。
【問合せ先】総務部企画管理課ふれあい係
☎73-15304



9月8日(木)
(場所) JA加賀本店
2階総務部

10月8日(土)
(場所) JA加賀
物流センター2階

午前9時～午後1時に
行っております。所得・譲渡、
相続・贈与税などお気軽に
ご相談ください。JA加賀顧
問税理士がご指導します。

税務相談のご案内

■各行事は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止または延期になる場合がございます。

また、各支店、出張所、元気村、給油所につきましても営業時間等が変更になる場合がございます。

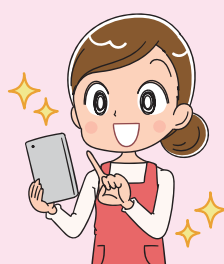
JA加賀HP及びLINEにて最新の情報を発信しておりますので、右記QRコードからご確認ください。



▲JA加賀HP

旬の情報をいち早くお届け!! **JA加賀公式SNS配信中!**

イベント情報や旬の野菜の出荷情報、レシピなどのお得な情報をお伝えします!



▲JA加賀 LINE



Instagram



▲JA加賀 Instagram

「えがお」と「まごころ」で「安心」

ケアセンター ヘルパーステーション
えがお えがお
訪問看護ステーション 輸送サービス
えがお えがお

(株)加賀福祉サービス
☎73-0294



小規模多機能ホーム

なんごうえがお

加賀市上河崎町オ120
TEL.0761-75-7815
FAX.0761-75-7816

パートさん募集中

ジェイエサービス(株)からのお知らせ

8:00～16:00、15:00～20:00のシフト勤務
1日6時間程度 週3～5日
*勤務日・時間帯相談 *年齢不問
*初心者も親切・丁寧に教えます。
●応募 TEL:0761-73-5335 (前田)
ご連絡お待ちしております。

男性正社員募集

ジェイエサービス(株)からのお知らせ

観心者も教えます。
葬祭業務
*葬儀の施行
(搬送～打合せ～施行)
*葬儀の際に付随する業務全般
年齢:40歳以下(長期勤務による
キャリア形成の観点から期間の定め
のない契約で募集)
●応募 TEL:0761-73-5335 (前田)
ご連絡お待ちしております。

- 中央支店…………… ☎922-0497
- 江沼支店…………… ☎922-0101
- 山中出張所………… ☎922-0138
- 南支店…………… ☎922-0322
- 西支店…………… ☎922-0004
- 西駅前出張所… ☎922-0811
- 東支店…………… ☎922-0304
- 北支店…………… ☎922-0442
- 物流センター………… ☎73-5309
- 自燃課 (自動車) …… ☎73-1314

- 加賀市作見町ホ10-1 ☎73-3931
- 加賀市山中温泉中田町二32-2 ☎78-0280
- 加賀市山中温泉栢野町ハ47-1 ☎78-0525
- 加賀市上野町子103-1 ☎76-0880
- 加賀市大聖寺上福田町ハ14-1 ☎72-0443
- 加賀市大聖寺南町二68-2 ☎72-1763
- 加賀市分校町ヘ20-1 ☎74-1562
- 加賀市篠原町609-1 ☎74-0147

- 営農推進課…………… ☎73-5311
- 農機課…………… ☎73-1455
- 自燃課 (燃料<LPガス夜間・休日対応>) …… ☎73-5855

JA加賀